PREPARATION façon CHILI CON CARN

Préparation diététique pour en-cas hyperprotéiné et hypocalorique, appauvri en lipides dont la valeur énergétique est de 139 kcal

INGREDIENTS :protéines de soja (soja et farine de soja), légumes (tomate, oignon, poivron rouge), protéines de lait, arôme (viande, chili), œuf (blanc d'euf), viande de bœuf déshydratée (viande de bœuf (antioxygène : BHA (E320), gallate de propyle (E310), acide citrique (E330))), acrif (inuline de chicorée(minéraux, fer, zinc, cuivre, manganèse, selenium, iode), vitamines (A, D3, E, C, B1, B2, B3/PP, B5, B6, B9, B12, B8/H), extrait de thé vert et café vert)), colorant (caramel (E150c), extrait d epaprika (E160c), acides aminés (L-valine , L-thréonine, DL-méthionine), antiagglomérants (carbonate de magnésium (E501)), épaississant (gomme de xanthane (E415)), épices et plantes aromatiques (ail, piment, paprika).

ALLERGENES : gluten, lait, œuf

MODE D'EMPLOI : Mélanger le sachet à 100 ml d'eau. Faire chauffer environ une minute à 750w. Mélanger et déguster.

Valeurs nutritionnelles		Pour 100 grs	Par portion soit 38 grs	AJR en %
Energie				
	kJ	1527,0	580,0	
	kcal	365,0	139,0	
protéines en gr		47,3	18,0	
lipides en gr		6,5	2,5	
glucides en gr		26,0	9,9	
	dont sucres en gr	9,1	3,4	
fibres en gr		5,0	1,9	
Sels minéraux	Calcium en mg	55,3	21,0	3,0
	Phosphore en mg	131,1	49,8	7,0
	Sodium en mg	1581,8	601,1	
	Potassium en mg	649,7	246,9	12,0
	Magnésium en mg	116,6	44,3	12,0
	Fer en mg	6,0	2,3	16,0
	Zinc en mg	3,9	1,5	15,0
	Cuivre en mg	0,4	0,1	15,0
Vitamines	A (Rétinol) en µg	315,9	120,0	15,0
	C (Acide ascorbique) en mg	31,6	12,0	15,0
	E (Tocophérol) en mg	4,7	1,8	15,0
	B1 (Thiamine pure) en mg	0,4	0,2	15,0
	B2 (Riboflavine pure) en mg	0,6	0,2	15,0
	B3/PP (Niacine) en mg	6,3	2,4	15,0
	B5 (Acide pantothénique) en mg	2,4	0,9	15,0
	B6 (Pyridoxine pure) en mg	1,1	0,4	30,0
	B12 (Cyanocobalamine) en µg	1,0	0,4	15,0
	B8/H (Biotine) en µg	19,7	7,5	15,0
	B9 (Acide folique) en µg	79,0	30,0	15,0
	D2 (Ergocalciferol), D3 (Cholécalciférol) en µg	2,0	0,8	15,0